



Crassier, juillet 2018

# Fermeture estivale



Madame, Monsieur,

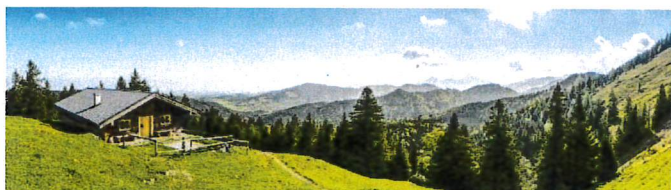
Nous vous informons que pendant la période estivale nos bureaux seront fermés de la manière suivante:

- Le secrétariat municipal: Dès le lundi 30.07.2018  
Réouverture: le mercredi 15.08.2018 à 09h00
- L'office de la population: Dès le lundi 30.07.2018  
Réouverture: le mercredi 15.08.2018 à 07h00

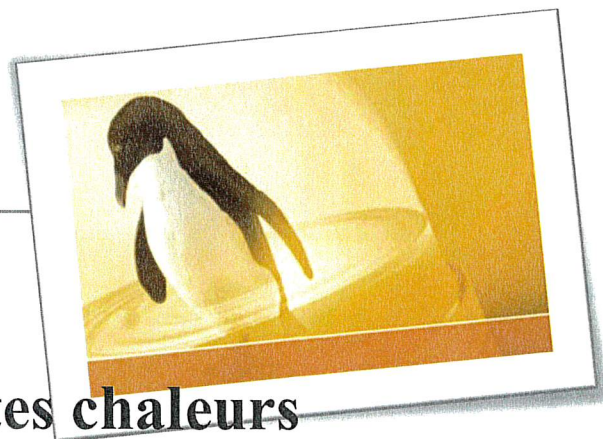
Cartes d'identité: Durant cette période, pour toute demande urgente, veuillez vous renseigner à l'adresse suivante:

**Centre de biométrie et des documents d'identité**  
Quartier du Flon - Voie du Chariot 3 - 1014 Lausanne  
Tél. 0800 01 1291  
E-mail: [info.passeport@vd.ch](mailto:info.passeport@vd.ch)  
[www.vd.ch](http://www.vd.ch)

La Municipalité



**Nous vous souhaitons un merveilleux été !**



## Se protéger des fortes chaleurs

Une canicule est une vague de chaleur caractérisée par des températures supérieures à 33°C. Les très jeunes enfants, les personnes âgées, les personnes avec maladie chronique ainsi que les personnes dépendantes ou isolées sont particulièrement concernées. Il est possible de se protéger par des mesures simples.

Les périodes de canicule sont éprouvantes pour petits et grands. Le Service de la santé publique conseille à la population de **se protéger par ces mesures simples** :

- Rester chez soi aux heures les plus chaudes (entre 11h et 15h).
- Porter des vêtements légers et amples à l'extérieur.
- Profiter des endroits frais.
- Laisser la chaleur à l'extérieur et se rafraîchir, en préservant la fraîcheur de la maison autant que possible en fermant les fenêtres et volets le jour et en les ouvrant la nuit pour provoquer des courants d'air.
- Se rafraîchir par des douches régulières ou des compresses humides sur le corps.
- S'hydrater suffisamment, en buvant très régulièrement, sans attendre d'avoir soif.
- Manger léger, notamment des fruits et légumes.
- Pratiquer les activités sportives et/ou physiques intenses en matinée (moment de la journée où la température et la pollution à l'ozone sont le moins élevées).
- Eviter des facteurs irritants tels que tabac, utilisation de solvants, fumées.
- Pour un meilleur confort, renoncer au port de lentilles en cas de gêne oculaire.
- Prêter attention aux autres, en particulier aux enfants et aux personnes dépendantes ainsi qu'aux personnes âgées et /ou isolées.
- Demander conseil au médecin traitant, notamment en cas de maladie(s) chronique(s).

**Des symptômes d'un coup de chaleur** sont la faiblesse, la confusion, des vertiges, des nausées et des crampes musculaires. Il faut faire boire et rafraîchir la personne immédiatement. En ce qui concerne les enfants, il faut surveiller les signes d'épuisement et de fatigue. Il est conseillé de consulter son médecin en cas de doute, en particulier lors de diarrhées.

**En présence de signaux d'alerte :**

- Appeler le médecin traitant.
- S'il est absent, appeler la Centrale téléphonique des médecins de garde : tél. 0848 133 133.
- En cas d'urgence vitale appeler le 144.

La Municipalité